

202



Universidad del Salvador  
Facultad de Medicina  
Lic. en Ciencias de la Salud  
Lic. en Actividades Físicas y Deportivas

La psicología aplicada al Tenis.  
Tesis de Grado

Autor: Lucas Emmanuel Brandalisio.  
Tutor: Licenciado en Psicología Darío Giménez

UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

Año 2011

## DEDICATORIA

“Para mis padres, que siempre me brindan su apoyo incondicional en cada etapa de mi vida”



USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

## AGRADECIMIENTOS

A la Universidad del Salvador.

A la Licenciatura en Actividades Físicas y Deportivas por enseñarme a ser un profesional en todos los aspectos.

A la Directora Blanca Tobías que me alentó durante estos cuatro años.

A la Profesora Blanca Saucedo, por su paciencia y dedicación en todos estos años, y por ayudarme a creer en mí.

Al Tutor y Licenciado Darío Giménez, por su entusiasmo demostrado desde el principio de este trabajo, y por todos sus conocimientos.

A los Profesores del resto de las cátedras, por brindarme su apoyo y experiencias a lo largo de toda la carrera.

A todos mis amigos de la carrera, por esos momentos inolvidables que pasamos juntos.

A toda mi familia, que siempre me acompaña y me da fuerza en todo momento.

A mi novia, por su enorme paciencia y gran corazón.

A los directores de la Academia Tennis Point, Alejandro Cerundolo y María Luz Rodríguez.

A los pequeños “grandes” jugadores de la Academia Tennis Point, por demostrarme su gran pasión a este deporte.

Al profesor Pablo Bianchi de la Academia Tennis Point.

## INDICE

| Contenido                        | Pág. |
|----------------------------------|------|
| 1 Introducción                   | 6    |
| 1.1 Area                         | 6    |
| 1.2 Tema                         | 6    |
| 1.3 Título                       | 6    |
| 1.4 Problema                     | 6    |
| 1.5 Antecedentes                 | 6    |
| 1.6 Justificación                | 6    |
| 1.7 Preguntas de Investigación   | 7    |
| 1.8 Objetivo                     | 7    |
| 1.9 Población                    | 7    |
| 1.10 Muestra                     | 7    |
| 1.11 Material y Métodos          | 7    |
| 1.12 Lugar y Tiempo              | 7    |
| 1.13 Tipo de Investigación       | 7    |
| 2 Marco Teórico                  | 8    |
| 2.1 Estructura del Marco Teórico | 8    |
| 2.2 Desarrollo del Marco Teórico | 8    |
| 3 Hipótesis                      | 125  |
| 4 Variables                      | 125  |
| 5 Resultados y Discusión         | 126  |
| 5.1 Ítem 1                       | 127  |
| 5.2 Ítem 2                       | 127  |
| 5.3 Ítem 3                       | 128  |
| 5.4 Ítem 4                       | 128  |
| 5.5 Ítem 5                       | 129  |
| 5.6 Ítem 6                       | 129  |
| 5.7 Ítem 7                       | 130  |
| 5.8 Ítem 8                       | 131  |
| 5.9 Ítem 9                       | 131  |
| 5.10 Ítem 10                     | 132  |
| 6 Conclusión General             | 132  |
| 7 Bibliografía                   | 136  |
| 8 Anexo                          | 137  |

USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

“El deporte no construye el carácter. Lo revela”  
(Heywood Hale)



USAL  
UNIVERSIDAD  
DEL SALVADOR

## 1. INTRODUCCION

### 1.1 AREA

Psicología del Deporte.

### 1.2 TEMA

La psicología aplicada al Tenis.

### 1.3 TITULO

Los beneficios del Entrenamiento Mental en el Tenis.

### 1.4 PROBLEMA

¿Cuál es la importancia del trabajo mental en el rendimiento de los tenistas profesionales de las categorías juveniles?

### 1.5 ANTECEDENTES

No hay actualmente muchos estudios sobre el entrenamiento mental en tenis. Todo el material que se encuentra es sobre la preparación psicológica en general, sus métodos, ejercicios, principios y su rol dentro del mundo deportivo. En el plano internacional, autores como A. Z. Puni, Loehr y Garfield, han llevado a cabo investigaciones que han sido la base de la preparación psicológica deportiva. Dentro de la Argentina, profesionales como Marcelo Roffe, actualmente presidente de APDA (Asociación de Psicología del Deporte), han impulsado esta rama de la Psicología, llevando a cabo muchos estudios en todos los ámbitos deportivos, sobre todo en el futbol, deporte de gran popularidad dentro de nuestro país.

### 1.6 JUSTIFICACION

Los resultados de esta investigación aportaran una gran cantidad de información sobre la importancia de este tipo de entrenamiento en tenistas juveniles argentinos de nivel profesional, ya que muchas veces grandes jugadores dotados de una gran base técnica, en situaciones de partido, no poseen un buen

control mental, llevándolo casi siempre a un bajo rendimiento del mismo y por consiguiente a la derrota.

## 1.7 PREGUNTAS DE INVESTIGACION

-¿Cuáles son los métodos más comunes utilizados en el entrenamiento mental?

-¿En qué etapa se inicia este tipo de entrenamiento?

-¿Qué tipo de personalidad debe tener el deportista para asimilar mejor este tipo de entrenamiento?

-¿Cuánto tiempo lleva la preparación mental del deportista?

-¿Qué beneficios proporciona la preparación mental?

## 1.8 OBJETIVO

Determinar el nivel de importancia del Entrenamiento Mental en este tipo de exigencias competitivas en tenistas juveniles.

## 1.9 POBLACION

Tenistas que están compitiendo en el Circuito Argentino de Tenis entre los 16 y 20 años.

## 1.10 MUESTRA

10 Tenistas argentinos que se encuentran compitiendo profesionalmente en el Circuito Argentino de Tenis del 2010. Muestra no probabilística.

## 1.11 MATERIAL Y METODOS

Esta investigación se llevara a cabo a partir de encuestas.

## 1.12 LUGAR Y TIEMPO

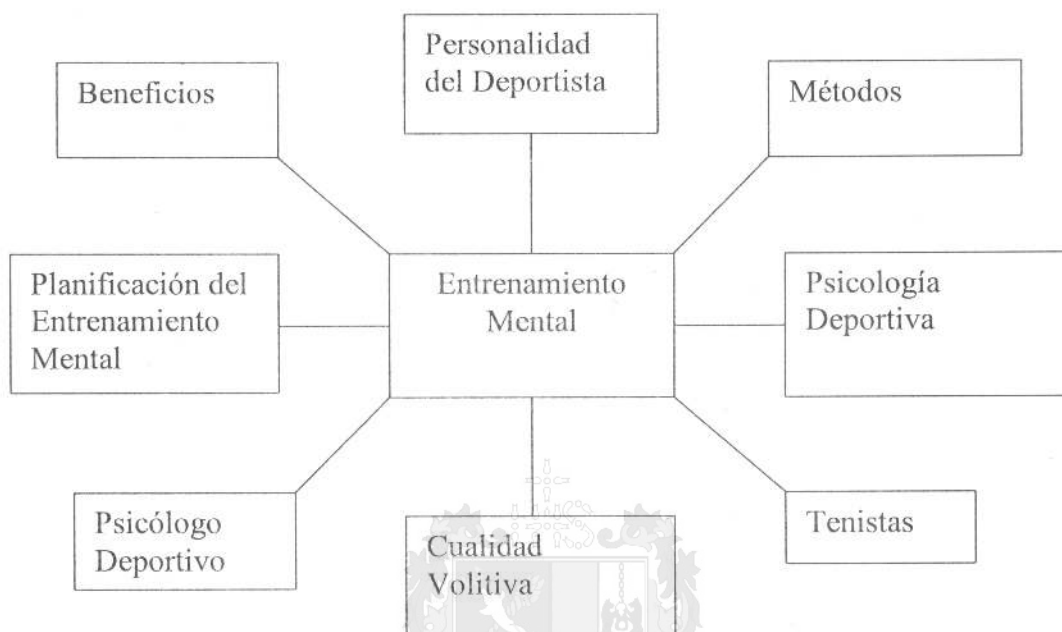
Club Ciudad de Buenos Aires, Capital Federal, provincia de Buenos Aires, Republica Argentina. Año 2010.

## 1.13 TIPO DE INVESTIGACION

La investigación a realizar será de tipo descriptiva no experimental.

## 2. MARCO TEORICO

### 2.1 ESTRUCTURA DEL MARCO TEORICO



### 2.2 DESARROLLO DEL MARCO TEORICO

#### HISTORIA DEL TENIS

#### GRIEGOS Y ROMANOS

Mercuriale publico en Venecia en 1573 un tratado de Arte Gymnastica, en el que se describía cuatro tipos de juegos que practicaban los romanos: el *follis*, la *pila trigonalis*, la *pila paganica* y el *harpastum*. El *follis* era una pelota de piel curtida llena de arena, podía alcanzar considerables dimensiones y se lanzaba con el brazo. La *pila trigonalis* se llamaba así por la forma del campo triangular sobre el que se jugaba, formando sus participantes en un triangulo. La *pila paganica* era muy parecida a la *pila trigonalis*, solo que se jugaba con un triangulo mayor de jugadores y con una bola mas chica. El *harpastum* (palabra derivada del griego arpazo, significaba tirón, golpe seco) era una especie de handball y futbol, y se practicaba con una vejiga de cerdo rellena de deshechos y sobre un terreno cubierto de polvo.



Plauto utilizo en una ocasión los términos trigón y follis, mientras que Ovidio en dos de sus versos del Ars Amatoria menciona las palabras raqueta y rival. Esto da a entender que los romanos ya conocían la raqueta. Estudios etimológicos y filológicos demuestran que raqueta deriva de la palabra latina reticulum, que a su vez significa red.

Seneca, eminente filósofo hispano romano, hablo de un juego, la *faininda*, derivado de otro juego griego. Se trataba de un entrenamiento cuya táctica consistía en engañar al rival. Si bien Seneca intento establecer las reglas, fue Scaino varios siglos más tarde quien las instauro.

## LA EDAD MEDIA

Tras la invasión de los barbaros y la decadencia del Imperio Romano, los deportes de pelota se practicaban con la palma de la mano, con el puño, con un bastón o un brazalete cubierto con una correa de cuero.

Las últimas noticias de la supervivencia de estos juegos llegan a través de San Isidro de Sevilla, arzobispo de esta ciudad y doctor de la Iglesia. En su obra maestra Etymologiarium libri XX habla de la *pila*, de cómo se rellenaba, de cómo debía ser el pelo del cerdo y cuanto pesaba.

San Isidro cuando acabo su labor de enseñanza vio como Sevilla estaba invadida por los Árabes.

Parece que los árabes practicaban un juego de pelota pero a caballo, lo que supone una variación del primitivo deporte. Este entretenimiento persa se acompaña con una especie de raqueta conocida como *pulu*, procedente de la India y cuyo nombre se cree de origen tibetano.

Hacia 1927 un doctor ingles escribió: en Persia se daban dos tipos diferentes de pala, una llamada "savlajan" que era un bastón curvo, y el otro "ciogan" o "tchigan" que daba nombre al juego, y era una raqueta muy corta y encordada y que debe de ser el origen del juego francés de la "chicane" o del "jeu de paume". En francés la palma de la mano es paume, este juego de los siglos V y VI antes de Cristo se practicaba con un instrumento y no solo con la mano.

## ANTECEDENTES FRANCESES

En Francia una vieja ilustración de principios del siglo XIV decora el pie de un pergamino en la *Historie du Lancelot ot San Graal*. Un hombrecillo con capucha vestido de oscuro desde la cabeza hasta los pies como si fuera un árbitro, observa una pelota sujeta por cuatro triángulos que unidos forman una especie de bola muy similar a la del mosaico de las señoritas de la plaza Armerina. El campo se dividía en dos mitades por medio de una cuerda y jugaban dos contra uno.

Un documento eclesiástico de entre los siglos XII y XIV dice que este era el juego predilecto de Abades, seminaristas, monjes y curas.

Más tarde se practico clandestinamente, ya que se promulgo un edicto por el cual la paume y otros juegos desestabilizadores quedaban prohibidos. En plena guerra de los Cien Años, Carlos V decreto que todo juego que no contribuya al oficio de las armas será eliminado.

En 1316, en Vincennes, Luis X el obstinado rey de Francia, hijo de Felipe el Hermoso, falleció tras haber disputado un partido de paume, tras descansar un momento para beber un poco de agua fría, inmediatamente se sintió indispuesto y poco tiempo después falleció de pulmonía.

En 1427 llego a Paris una mujer llamada Margot. Era una joven de unos treinta años y jugaba a la paume tan bien como jamás se había visto.

Mientras Margot fascinaba a los espectadores parisinos, el duque Carlos de Orleans, prisionero y convertido en rehén de la batalla de Azincourt, aliviaba su angustia en la prisión jugando a la paume. Su carcelero del castillo de Wingfield, en Norfolk, era justamente quien posteriormente inventara el Lawn Tennis, Walter Clopton Wingfield.

## ANTECEDENTES INGLESSES

La palabra tennis se pronuncio por primera vez en Inglaterra, y fue precisamente en la obra de Shakespeare, Enrique V. La escena representa al rey Enrique V y al duque de Exeter escuchando el discurso del embajador francés. En un momento se puede leer:

–What treasure, uncle? (Que tesoro, tío?)

–Tennis balls, my liege (Pelotas de tenis, mi señor)

En la poesía de Eillie de Sweet aparecen dos términos importantísimos: tennis balls y hazard. La duda que queda es si en tiempos de Shakespeare a finales del siglo XVI y comienzos del XVII, se conocía el sistema de puntuación y de pique, llamándose a partir de entonces Tennis al antiguo juego de la pelota.

Geofrey Chaucer, poeta inglés autor de Los Cuentos de Canterbury, hace decir a uno de sus personajes "...yo puedo jugar a la raqueta adelante y atrás...", lo cual demuestra que en 1330 los ingleses conocían el uso de la raqueta.

En Windsor, en 1505, se dispuso el primer partido internacional entre Felipe de Castilla y Enrique VII de Inglaterra. El rey español jugaba con una raqueta y daba al rey inglés una ventaja quince puntos.

Es muy importante reflejar que a la paume se jugaba con la palma de la mano y al tenis con una raqueta.

Sebastián Giustianini escribe sobre Enrique VIII que era un verdadero espectáculo verlo jugando, comenzando el juego con una camisa de purísimo tejido blanco, cambiándosela hacia mitad del juego por una de color negro o azul. Enrique jugaba con todos: mercaderes, lombardos e incluso rehenes franceses, llegando a perder en un solo día ochocientos ducados.

Un viajante francés, Estienne Perlin, escribió en 1558 que era más fácil ganar dinero en una partida de tenis que vendiendo artesanía. Dice Perlin que aquellas partidas eran una forma de trabajar, aunque hacía falta que alguien codificara y definiese unas reglas. El primero en escribir un libro íntegramente dedicado a este objetivo fue Antonio Scaino.

## EL LAWN TENNIS

### INGLATERRA: PRIMEROS PASOS

Según se ha podido comprobar, el mayor T. H. Gemm y Juan Bautista Augusto Pereira habían jugado en 1860 a una especie de tenis, llamándolo tenis sobre hierba. En junio de 1873, la casa de James Lillywhite anunció un juego de

origen hindú más saludable y divertido que el croquet: este juego sería conocido como raqueta sobre hierba. Gemm y Pereira se desplazaron a Leamington donde se hicieron amigos de los doctores Frederick Hary y Arthur Wellesley, del Warnerford Hospital. Los cuatro jugaban al tenis en el césped del Manor House Hotel. Aquel fue, probablemente el origen del primer club de tenis que se fundó en el mundo: The Leamington Club, cuyo primer presidente fue el mayor Gemm.

## EL SISTEMA DE PUNTUACION

Entre tanto esplendor tenístico, Grosselin, bibliotecario del Rey Enrique III, dedico al señor d'O, en 1579, la Declaration des deux doutes qui se trouvent en comptant le jeu de la paume (Declaración de las dudas que surgen al contar en el juego de pelota).

En el tenis de pista, desde los tiempos más lejanos, el numero quince ha sido la unidad del marcador. Scaino informa en su libro que también en su época (siglo XVI) cada punto ganado marcaba quince puntos para el ganador: así para el primer punto quince, para el segundo treinta, para el tercero cuarenta y cinco o a una, que significaba que solo era necesaria una jugada para ganar el partido, y a dos cuando el juego era fijado a dos jugadas de ventaja para vencer. El termino a una está ahora anticuado, pero se conserva aun en la expresión francesa a deux, que en ingles equivale a deuce.

El término “ventaja”, en italiano vantagio y en francés avantage, era utilizado también en aquella época. El único cambio que se ha producido durante el transcurrir de los siglos ha sido la contracción de “cuarenta y cinco” a “cuarenta”.

## COMIENZOS DEL SIGLO XX

A finales del siglo, el tenis se fue extendiendo por los cinco continentes, pese a que ni las reglas ni las técnicas se habían unificado fueron numerosos los países que encontraron adeptos para este deporte.

En la India, de donde el mayor Wingfield tomo los fundamentos para su invento, el tenis se jugó de forma gradual desde 1880, siempre en los círculos coloniales británicos.

En 1895 se disputaron en Lahore los primeros campeonatos, con carácter local, al igual que los que se disputaron en Bengala en 1902. Ocho años más tarde se disputaron los All India Championships, a los que concurrían los campeones de los distintos estados del vasto imperio hindú.

En Australia se comenzaron a disputar campeonatos provinciales en 1880, y seis años más tarde se inauguró el Campeonato Nacional de Nueva Zelanda. Australianos y neozelandeses formaron durante muchos años un solo equipo de tenis para Copa Davis.

Con el nombre de Australasia.

En Japón aparecieron los primeros jugadores hacia 1880

En África el tenis prendió con fuerza en Sudáfrica. En 1880 ya se disputaron torneos locales en Durban y Johannesburg, disputándose el primer campeonato internacional en Port Elizabeth.

También en América Latina el tenis llegó en los últimos veinte años del siglo pasado.

En medios ingleses de las grandes poblaciones Argentina, Chile y Brasil, sobre todo en clubes en los que hasta entonces se dedicaban al críquet o a las regatas, se estableció la práctica de este deporte. En Colombia fueron los plantadores de café y sus hijos que estudiaban en el exterior quienes introdujeron el deporte.

En Francia el Club de Tenis del Havre, fundado en 1872, contaba con muchos practicantes del royal tennis y del court tennis.

En Bélgica fueron los residentes británicos quienes introdujeron el nuevo deporte, que se practicó por primera vez en las canchas del Saint-Georges Tennis Club de Courtrai, fundado en 1882.

En Suiza la primera entidad que acogió a este deporte fue el Club Inglés de Lawn Tennis de Montchoisi, cerca de Lausana, hacia finales del siglo pasado. Aunque el tenis gozaba de gran aceptación entre los extranjeros que pasaban sus vacaciones en Suiza, los helvéticos no se aficionaron al nuevo deporte sino hasta los primeros años del siglo XX.

En Alemania se jugaron los primeros encuentros entre 1877 y 1880. El primer campeonato nacional germano se disputó en 1892. También por esos años se comenzaron a jugar los primeros partidos en Checoslovaquia.

Austria y Hungría, pese a que formaban parte del mismo imperio, se organizaron deportivamente de forma autónoma, lo cual explica que el primer enfrentamiento internacional de Europa Central tuviera lugar en 1897.

A Polonia el tenis llegó hacia 1880, de la mano de aristócratas polacos que habían descubierto el nuevo deporte en sus viajes por el extranjero. También entre 1880 y 1885 se introdujo el tenis en Dinamarca, en donde tuvo gran auge gracias al impulso que le dio la Asociación General, en la que también estaban englobados el fútbol y el críquet.

En Suecia y en Rusia fueron las casas reales las que contribuyeron a la divulgación del nuevo deporte entre las clases acomodadas. En Suecia el príncipe heredero, coronado con el nombre de Gustavo V, educado en Inglaterra, fue un gran entusiasta de este deporte. En Rusia también fue la corte imperial la que asumió la tarea de divulgar el tenis entre las clases aristocráticas. Con este objetivo el Zar Nicolás II organizó numerosos torneos de exhibición. Debido a este origen el tenis fue postergado en la URSS tras la revolución de 1917, al estar considerado como un estigma decadente del viejo régimen.

En Rumania se disputaban encuentros desde 1874.

En Italia se empezó a practicar hacia 1878.

En España hacia fines del siglo XIX existían algunas canchas en fincas particulares de San Sebastián y otras poblaciones norteñas. En 1906 se disputó el primer certamen internacional en Madrid. La Real Federación Española de Tenis se fundó en 1909 y fue una de las que cuatro años más tarde intervino en la creación de la Federación Internacional de Lawn Tennis.

## EL TENIS EN LAS OLIMPIADAS

La vitalidad del tenis, pese a su juventud, se pone de relieve con su inclusión en los primeros Juegos Olímpicos de la Era Moderna, que se celebraron en Atenas en 1896. En esa ocasión el tenis puso fin a las pruebas olímpicas.